

知って得するミニ知識

過去のテーマは当院ホームページよりご覧いただけます。ぜひご覧ください。

島根県立中央病院 ミニ知識

検索



令和6年

6月のテーマは…

緩和ケアってなんだろう？

講師 看護局 小松 歩美
(緩和ケア認定看護師)



緩和ケアとは？

がんなどの重い病を抱えている患者さんの体や気持ちのつらさをやわらげ、より豊かに人生を送ることができるように支えていく治療やケアのことです。終末期や、特定の場所でしか行えないことはありません。

また、がんだけではなく、筋萎縮性側索硬化症（ALS）やパーキンソン病などの神経難病、エイズ、重症な慢性的な肺や心臓の病気など、体や気持ちのつらさを感じていらっしゃる場合も対応をしています。

重い病気になると、さまざまなつらさがあります。体にしんどさがあれば気持ちもつらくなります。緩和ケアでは患者さん、ご家族の苦痛・つらさを、体や気持ち、社会的なこと、人生に関することなどその人の全体をとらえて、いろいろな方面からのアプローチが重要だといわれています。

患者さんがより豊かな人生を送れるよう、どのようなことを望まれているのか、どのようなことを大切に思っておられるか、生きる上でどのようなことを支えにされているのかなどを患者さんから伺い、さまざまなつらさをやわらげながら支援していきます。

苦痛がないこと

痛みがあるのはイヤだ

望んだ場所で過ごすこと

住み慣れた家で過ごしたい

他者の負担にならないこと

子どもたちに迷惑をかけたくない

自尊心を保つこと

子ども扱いされるなんて…

残された時間を知り、準備すること

身の回りの整理をしておきたい

役割を果たせること

妻・母として最期まで生きたい

からだ

痛みやだるさ、息苦しさなど不快な症状をやわらげます

くらし

その人が望むその人らしい生活ができるようにサポートします

こころ

不安や悩みについて向き合い、サポートしていきます

まずは体や気持ちのつらさを和らげ、これまでの日常生活をできるだけ続けられるようにケアを行います。病気や治療が理解できるようにサポートし、その人らしい治療方法や今後の人生プランを自分で選ぶために必要なサービスや専門家につなぎ、支援します。また、つらいのは患者さんだけではなく、ご家族など周囲の方も大きな苦痛を感じます。そのため、ご家族へのケアも行っています。

緩和ケアはいつから受けるの？

例えばがんの緩和ケアの場合、以前はがんの治療が終わったら緩和ケアと、まるで運転のギアを変えるように、治療の方針が切り替わっていましたが、今は診断がついた時点から始めるとされています。がんが診断されると落ち込むこともあります。また、診断のときからすでに痛みや息苦しさの症状がある場合もあります。そのため、緩和ケアはがんが進行してから始めるのではなく、がんの治療とともに、つらさを感じるときにはいつでも受けることができます。

また、患者さんとお別れしたあと、ご家族のケアを引き続きさせていただくこともあります。（グリーフケア）

緩和ケアチームとは…

緩和ケアは通院でも外来でも受けることができます。また、自宅でも受けられます。

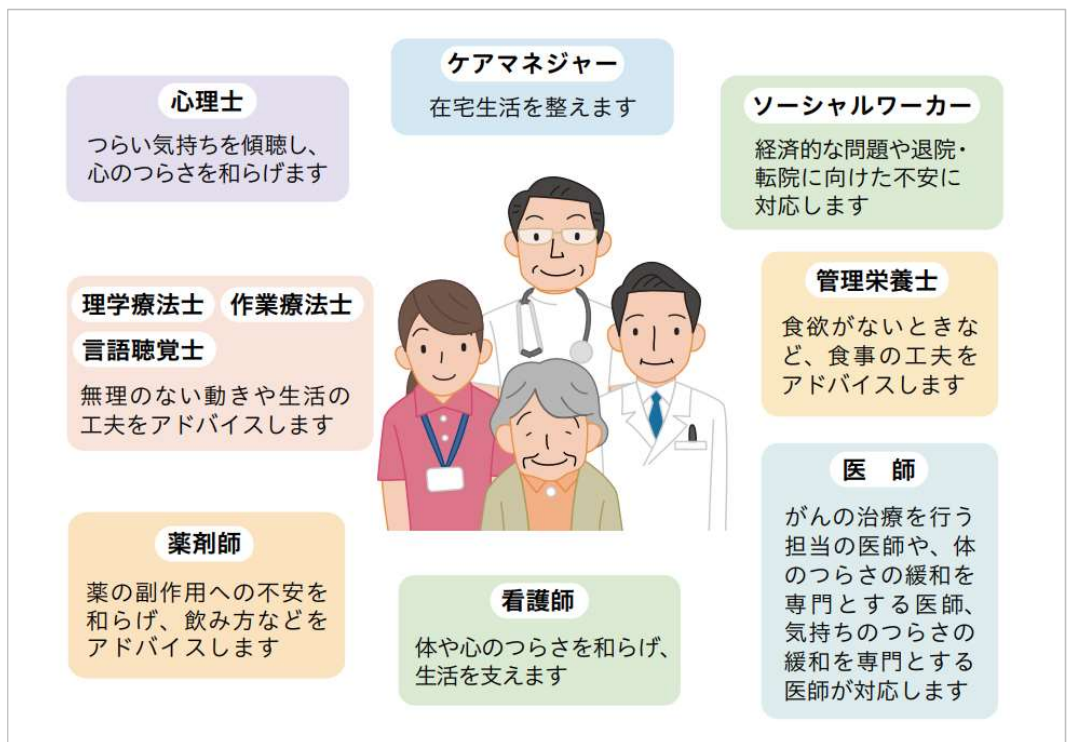
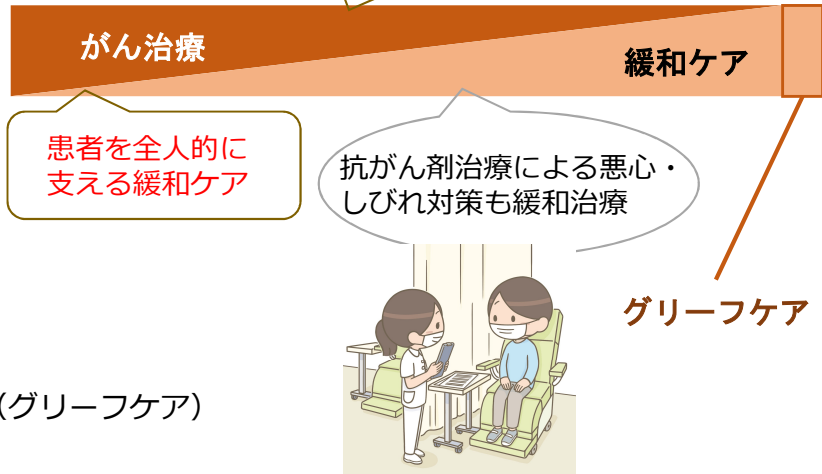
基本的には担当医や担当看護師が行いますが、必要に応じて専門のチームや専門の病棟で受けられます。

緩和ケアチームとは、緩和ケアの推進を図るために緩和ケアにかかわる専門スタッフで構成されているチームです。多職種によるチームでケアを行います。

従来のがん緩和ケア



現在のがん緩和ケア



引用：国立がん研究センター がん情報サービス

まとめ

緩和ケアを行うことによって

- ・睡眠や食欲が確保でき、しっかり考えたり、家族と話し合うことができます。
- ・予測できること、できないことが整理できて不安を最小限にとどめることができます。
- ・医師との話し合いが進み、納得した治療が選択できます。
- ・自分らしく人生を歩むことができます。治療の影響を最小にして社会や家庭生活を継続できます。

緩和ケアは、人生の最期に始めるケアではなく、人生をより豊かに生きるためのケアです。

不安なこと、つらいことなどあれば一人で抱えず、医療者にご相談ください。